

ООО "АБК-Пэймент"
 Меню на 16 апреля 2024 года
 столовой общеобразовательной школы №31

| Наименование продуктов | Выход | Белки | Жиры | Угл-ды | Ккал |
|--|-------------|---------------|--------------|---------------|----------------|
| вторник | | | | | |
| Завтрак (младшие) | | | | | |
| Булочка сдобная | | | | | |
| Каша гречневая молочная вязкая | 50 | 7,05 | 9,3 | 16,8 | 209 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 5,92 | 5,59 | 35,42 | 206,46 |
| Батон нарезной | 200 | 3,17 | 2,68 | 9,98 | 60,1 |
| Итого | 50 | 3,75 | 1,45 | 25,7 | 131 |
| Обед (младшие) | | | | | |
| Рассольник Ленинградский со сметаной | 500 | 19,89 | 19,02 | 87,9 | 606,56 |
| Биточки куриные Солнышко | 200/5 | 5,94 | 6,82 | 12,56 | 93,9 |
| Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным | 90 | 6,01 | 11,53 | 12,88 | 183,45 |
| Напиток из яблок и изюма | 150/3 | 6,7 | 4,38 | 35,99 | 227 |
| Хлеб пшеничный | 200 | 0,2 | 0,1 | 19,82 | 68,12 |
| Хлеб ржаной | 25 | 1,9 | 0,2 | 12,3 | 58,75 |
| Итого | 30 | 1,98 | 0,36 | 11,88 | 59,4 |
| Всего | 703 | 119,71 | 22,73 | 23,39 | 105,43 |
| | 1203 | 42,27 | 42,41 | 193,33 | 1297,18 |
| Завтрак (старшие) | | | | | |
| Булочка сдобная | | | | | |
| Каша гречневая молочная вязкая | 50 | 7,05 | 9,3 | 16,8 | 209 |
| Кофейный напиток с молоком | 250 | 7,4 | 8,98 | 44,27 | 258,07 |
| Батон нарезной | 200 | 3,17 | 2,68 | 9,98 | 60,1 |
| ИТОГО | 50 | 3,75 | 1,45 | 25,7 | 131 |
| | 550 | 21,37 | 22,41 | 96,75 | 658,17 |
| Обед (старшие) | | | | | |
| Рассольник Ленинградский | 250 | 7,94 | 7,82 | 13,56 | 107,25 |
| Биточки куриные Солнышко | 100 | 6,67 | 12,81 | 14,3 | 203,8 |
| Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным | 180/3 | 7,7 | 7,27 | 36,59 | 247 |
| Напиток из яблок и изюма | 200 | 0,2 | 0,1 | 19,82 | 68,12 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 15,84 | 79,2 |
| Итого | 40 | 2,64 | 0,48 | 15,84 | 79,2 |
| Всего | 803 | 124,3 | 27,43 | 28,72 | 114,87 |
| | 1353 | 42,27 | 51,13 | 211,62 | 1434,04 |
| Горячий завтрак(старшие) | | | | | |
| Биточки куриные Солнышко | | | | | |
| Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным | 100 | 6,67 | 12,81 | 14,3 | 203,8 |
| Кофейный напиток с молоком | 180/3 | 7,7 | 7,27 | 36,59 | 247 |
| Хлеб пшеничный | 200 | 3,17 | 2,68 | 9,98 | 60,1 |
| Хлеб ржаной | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 |
| Итого | 40 | 2,64 | 0,48 | 15,84 | 79,2 |
| | 553 | 82,2 | 22,46 | 23,48 | 91,47 |
| | | | | | 660,6 |
| Горячий завтрак(младшие) | | | | | |
| Биточки куриные Солнышко | | | | | |
| Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным | 90 | 6,01 | 11,53 | 12,88 | 183,45 |
| Кофейный напиток с молоком | 150/3 | 6,7 | 4,38 | 35,99 | 227 |
| Хлеб пшеничный | 200 | 3,17 | 2,68 | 9,98 | 60,1 |
| Хлеб ржаной | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 |
| Итого | 30 | 1,98 | 0,36 | 11,88 | 59,4 |
| | 503 | 80,66 | 20,14 | 19,19 | 85,49 |
| | | | | | 600,45 |

Директор МБОУ СОШ №31

О.О.Щербаков

Шеф повар

А.А.Толстова

